

A medida que comprendemos mejor el beneficio de la lactancia materna para las mamás y sus hijos, muchas de ellas amamantan a sus bebés durante más de un año.

- ♥ **Nutrición:** La leche materna sigue nutriendo al bebé durante su Segundo año de vida. Contiene proteínas, grasas y otros nutrientes que necesita el bebé.
- ♥ **Bienestar:** Amamantar al bebé puede proporcionarle mucho bienestar, así como lo hizo durante su primer año de vida. Muchas madres encuentran muy útil amamantar al bebé durante periodos de estrés (tanto para la mamá como para el bebé).
- ♥ **Protección contra enfermedades:** La leche materna sigue inmunizando al bebé por más de un año. Algunas inmunidades incluso son mayores durante el segundo año.
- ♥ **Unión:** Muchas mamás encuentran la lactancia como una forma de mantener esa cercanía especial con sus hijos después de regresar al trabajo o a la escuela.

Información acerca de la lactancia durante más de un año...

- ♥ La mayoría de las mamás que han amamantado a un bebé después de los dos años, solamente lo hacen una o dos veces al día. A menudo, esto se hace a la hora de acostarlo o al levantarse en la mañana.
- ♥ Los bebés pueden buscar la leche materna cuando están enfermos o algo les duele. La cercanía es una forma excelente de hacerlos sentir mejor.
- ♥ Los bebés más grandes pueden tomar la leche materna en posiciones inusuales.
- ♥ WIC alienta a las mujeres a considerar amamantar a sus bebés durante más de un año. WIC puede responderle sus inquietudes.



- ♥ A menudo, mujeres en todo el mundo amamantan a cada uno de sus hijos durante más de un año.
- ♥ Su hijo le hará saber cuando esté listo para dejar de tomar leche materna. ¡Asegúrese de felicitarlo por todo el bien que hizo usted con ello!
- ♥ La Organización Mundial de la Salud y UNICEF recomiendan que se alimente a los bebés solo con leche materna desde que nacen hasta los seis meses y que la leche materna complemente su alimentación hasta los dos años de edad.
- ♥ La Academia Estadounidense de Pediatría recomienda amamantar a su bebé por lo menos un año ó más, o hasta cuando la mamá como el bebé lo deseen.

Por ello, la decisión sobre durante cuánto tiempo amamantarlo, depende de su bebé y de usted.

Maryland WIC

Mejor Nutrición Mejor Futuro

1-800-242-4942 | www.mdwic.org

Esta institución es un proveedor que ofrece igualdad de oportunidades.



Larry Hogan, Gobernador
Boyd Rutherford, Tte. Gobernador
Robert R. Neall, Secretario, MDH

Amamantando Después del Primer Año

Sugerencias para una lactancia con éxito



Anotaciones sobre lactancia materna: